

مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي

دراسة ميدانية-

Level of self-esteem of motor disabled persons exposed to motor rehabilitation- field study -

ط.د قاسمي منال ياقوت^{*1} أ.د خرياش هدى²

1-وحدة البحث وتنمية الموارد البشرية سطيف 2 (الجزائر) ma.gasmi@univ-setif2.dz

2-وحدة البحث وتنمية الموارد البشرية سطيف 2 (الجزائر) houdakhe@yahoo.fr

تاريخ الاستلام: 2022 /02/14 تاريخ القبول: 2023/05/15

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي، ولتحقيق ذلك تم استخدام المنهج الوصفي على عينة قوامها 30 معوقا حركيا تم اختيارهم بالطريقة القصدية وبعد تطبيق مقياس كوبر سميث (1964 cooper smith) لتقدير الذات أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى تقدير الذات مرتفع عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي. الكلمات المفتاحية: تقدير الذات-التأهيل الحركي-الإعاقة الحركية -مقياس كوبر سميث.

Abstract:

The current study aims to determine the level of self-esteem of persons with motor disabilities exposed to motor rehabilitation. The descriptive curriculum was used on a sample of 30 motion-disabled persons selected in the intentional manner. After the application of the cooper Smith 1964 measure of self-esteem, the results of the study showed that the level of self-esteem is high in persons with motor disabilities exposed to motor rehabilitation.

Keywords: Self-Esteem - Motor Rehabilitation - Motor Disability - Cooper Smith Scale

مقدمة:

لا تخلو المجتمعات الإنسانية من وجود أفراد يعانون نقصا أو خلا في بعض الأعضاء سواء كانت حركية أو حسية أو عقلية. والتي تحد من قدراتهم وتؤثر بشكل كامل

* المؤلف المرسل: ط.د قاسمي منال ياقوت

على مسار حياتهم. وتعتبر الإعاقة الحركية نوع من أنواع الإعاقات التي يتعرض لها الإنسان في حياته. وهي التي يعاني صاحبها من العجز البدني نتيجة وراثية أو إصابة أو مرض تحد من حركته ونشاطه، كما تجعله مضطربا نفسيا وجسديا وذلك ما يزيد من تدهور حالته فيكتسب مع الزمن سمات كالحزن، الشعور بالنقص وفقدان الثقة بالنفس مما يؤدي إلى انخفاض في تقدير ذاته وذلك لاختلافه عن غيره داخل الوسط الذي يعيش فيه. (مسعودان، 2019، ص402)

فالإعاقة الحركية تشكل عائقًا أمام قدرة الفرد على القيام بالأنشطة الحركية اليومية ومشاركته في المجتمع، هذا يؤدي في العديد من الأحيان إلى تشويه صورة الذات وانخفاض مستوى تقدير الذات، والذي يعتبر من أهم المشكلات النفسية التي تواجه الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية.

يعد تقدير الذات من أهم الحاجات النفسية الأساسية بالنسبة للفرد، فدرجة تقدير الفرد لذاته تؤثر في مجالات حياته جميعا، لذلك فإن حكم الفرد على نفسه أو تقديره لذاته له دور مهم في مدى اعتقاده بأنه مهم وناجح. و يعرف كوبر سميث Cooper 1967 تقدير الذات بأنه تقييم يضعه الفرد لنفسه و يتضمن هذا التقييم اتجاهات الفرد الايجابية و السلبية نحو ذاته و يشير إلى معتقدات الشخص بشأن قدرته على أن يكون كفاء و فعال (bergeron,2011, p52)

أكدت العديد من البحوث والدراسات على انخفاض مستوى تقدير الذات لدى الأفراد المعوقين مقارنة بالعاديين، نذكر منها دراسة (Anjana et khousbo, 2014) التي قامت بمقارنة 50 فردا معوقا و 50 فردا عاديا وتوصلت إلى أن مستوى تقدير الذات منخفض عند الأفراد المعوقين بالمقارنة مع الأفراد العاديين. وكذلك (دراسة تيري، 2000، نقلا عن خوجة، 2018، ص139) التي خلصت إلى أن الإعاقة ارتبطت سلبيا بتقدير الذات، وهذا راجع إلى عدم تقبل المعوق لإعاقته. كذلك دراسة كل من (et)

(Mousazadeh Narimani, 2010) التي بينت أن مستوى تقدير الذات عند الطلبة المعوقين حركيا منخفض مقارنة مع العاديين.

و من هذا المنطلق فان تقدير الذات يعتبر من العوامل المهمة التي تؤثر على القدرة الشخصية و الاجتماعية للفرد على التكيف مع المواقف المختلفة التي يواجهها، فتقدير الذات الايجابي يساعد المعاق في التكيف مع نفسه ومع المجتمع كما يساعده على تقبل إعاقته، و يعد من المؤشرات على الصحة النفسية. وهذا ما أشار إليه (الفاعوري، 2005، نقلًا عن البطوش، 2020، ص1144) إلى أن الحاجة إلى تقدير الذات يعد من الحاجات الأساسية للمعاق والتي يستطيع من خلالها التوافق مع البيئة التي يعيش فيها، وبالتالي يساعده على تحقيق ذاته، وتحقيق الصحة النفسية، وهذا بدوره يشكل تأثيراً مرتفعاً على مستوى تقدير الذات لديه، وبالتالي تقبله لذاته، وتحسين قدراته ومهاراته بما يتوافق مع الإعاقة. ومن أجل تحقيق ذلك وجب تقديم الدعم والعناية اللازمة للمعاقين حركيا و لذلك تعددت مؤسسات المجتمع التي تتعامل مع هذه الفئة و يأتي على رأس هذه المؤسسات مراكز و قاعات التأهيل الحركي حيث يعد التأهيل الحركي وسيلة ناجحة للتقليل من المشاكل النفسية للمعاق حركيا (مسعودان، 2019، ص402)

إن مشاركة المعوق في أنشطة التأهيل الحركي والمتمثلة أساسا في البرامج والتمارين العلاجية المعدة من طرف كوادر طبية مؤهلة تعود عليه بالفائدة أول هاته الفوائد تنعكس على القدرة الحركية والفيزيولوجية. و هذا بالطبع يساعد الشخص المعوق على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل. وكذلك إعطاء المعوق قدر لا بأس به من الثقة في النفس وهذا ما وصلت إليه دراسة (مسعودان، 2019) أن التمارين العلاجية المقدمة في مراكز و قاعات العلاج الفيزيائي الحركي لها دور كبير في زيادة الثقة في النفس للمعوق حركيا. ومنه الرفع من مستوى تقدير الذات، و دراسة (خوجة و آخرون، 2018) التي بينت أن مستوى تقدير الذات مرتفع لدى المعوقين حركيا

الممارسين للنشاط الرياضي باعتبار أن الأنشطة الحركية و الرياضية جزء من عملية التأهيل و كذلك دراسة (Stefano, 2011) التي هدفت إلى بحث دور النشاط البدني و علاقته بمفهوم الذات البدنية و تقدير الذات وقد أبرزت النتائج أن الأفراد الذين يعانون من إعاقة بدنية و يمارسون النشاط البدني يشكلون مفهوما إيجابيا للذات البدنية و تقدير ذات جيد . كذلك دراسة (Cazenave, et al., 2006) التي بينت أن المعوقين الممارسين للأنشطة الرياضية لديهم تقدير ذات مرتفع.

كما أكدت دراسة (Bournan, et al, 2018) أن المعوقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف لديهم تقدير ذات مرتفع بالمقارنة مع غير الممارسين. ودراسة (2017, Nemsek) التي أشارت أن المعوقين جسديا الممارسين للأنشطة الرياضية يتمتعون بتقدير ذات مرتفع. دراسة (بوذينة، 2019) كذلك التي توصلت إلى أن ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف يلعب دورا مهما في الرفع من مستوى تقدير الذات لدى المعوقين حركيا. من هنا تبرز أهمية التأهيل الحركي في تحسين الحالة النفسية لهذه الفئة. وبناء على هذا يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤل التالي: ما مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في إبراز دور التأهيل الحركي في رفع مستوى تقدير الذات لدى المعوقين حركيا. ومعرفة طبيعة العلاقة الموجودة بين تقدير الذات والتأهيل الحركي.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة الى معرفة مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي.

المفاهيم الإجرائية:

- تقدير الذات: عرفه روزنبرج Rosenberg بأنه اتجاه ايجابي أو سلبي نحو الذات، حيث أن تقدير الذات المرتفع يعكس شعور الشخص بأنه ذو قيمة و يحترم ذاته لما هي عليه (bergeron,2011 ,p50)

التعريف الإجرائي:

هو تقييم ذاتي لمدى تقبل الفرد المعوق حركيا لذاته أو رفضه لها من خلال الدرجة التي يحصل عليها على مقياس كوبر سميث والذي يعتبر أداة الدراسة.

- التأهيل الحركي:

هو مجموعة من الخدمات والوسائل والأساليب والتسهيلات التي تهدف إلى تصحيح العجز الجسدي. كما انه الوسائل المشتركة والمنسقة من طبية واجتماعية وتربوية ومهنية، والتي تهدف إلى تدريب وإعادة تدريب الشخص لمساعدته على بلوغ أعلى مستوى ممكن من الكفاءة الوظيفية والمقدرة على القيام بالأعباء اليومية، فهو عبارة عن الجهد المبذول لتحسين قدرات الشخص إثر إصابته بعللة ما. أو بالتحديد في إحدى وظائفه الجسدية (مسعودان، 2019، ص 404)

التعريف الإجرائي:

هو عبارة عن تمارينات علاجية، تهدف إلى التقليل أو القضاء على العجز، بهدف الوصول إلى أعلى درجة ممكنة من قدرة المعاق الوظيفية. وهو عبارة عن جهد مشترك يقوم به فريق من المختصين برئاسة طبيب.

إجراءات الدراسة الميدانية:

-منهج الدراسة: اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي وذلك لما يتلاءم مع طبيعة الدراسة الحالية التي تحاول الكشف عن مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي.

-عينة الدراسة:

ضمت عينة الدراسة 30 فردا من المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي في المركز ألاسشفائي لإعادة التأهيل الوظيفي برأس الماء وتم اختيارهم بالطريقة القصدية. أدوات الدراسة: مقياس تقدير الذات لكوبر سميث:

تم تصميم هذا المقياس من طرف الباحث الأمريكي "كوبر سميث" سنة 1967، وهذا المقياس اتجاه تقييمي نحو الذات في المجالات الاجتماعية الأكاديمية، العائلية والشخصية. ومن خلال المقياس يمكن الحصول على عدة نتائج والمقارنة بينها، فهو يمثل الطريقة التي يدرك بها الفرد ذاته، وما يجب أن يكون وكيف يدركه الآخرون. ويحتوي المقياس على 25 عبارة أعدت لقياس تقدير الذات، وهي الصورة الخاصة بالكبار الذين يتجاوزون 16 سنة، يتكون من العبارات الموجبة التالية: 1 4 5 8 9 11 14 19 20 والعبارات السلبية التالية: 2 3 6 7 10 12 13 15 16 17 18 21 22 23 24 25.

-طريقة تصحيح مقياس تقدير الذات لكوبر سميث: يمكن الحصول على درجات مقياس تقدير الذات "كوبر سميث" بإتباع الخطوات التالية:

إذا كانت الإجابة "لا تنطبق" على العبارات السالبة تمنح المفحوص "1"، أما إذا كانت الإجابة "تنطبق" تمنح المفحوص "0". إذا كانت الإجابة "تنطبق" على العبارات الموجبة تمنح المفحوص "1"، أما إذا كانت الإجابة "لا تنطبق" تمنح المفحوص "0" يمكن الحصول على الدرجة الكلية للمقياس بجمع عدد العبارات الصحيحة وضرب التقدير الكلي في العدد (4). (زوي عبلة، 2019، ص107)

المقاييس الفرعية لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث: يحتوي هذا المقياس على أربعة مقاييس فرعية، كما هو موضح في الجدول رقم 1:

مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي دراسة ميدانية-

ط.د قاسمي منال ياقوت أ.د خرياش هدى

جدول رقم 1: المقاييس الفرعية لمقياس كوبر سميث

المجموع	أرقام العبارات	المقاييس الفرعية
12	15 13 12 10 7 4 3 1 25 24 19 18	الذات العامة
4	21 14 8 5	الذات الاجتماعية
6	22 20 16 11 9 6	الذات العائلية (المنزل ، الوالدين)
3	23 17 2	العمل (الرفاق ، المحيط)

المصدر: (زوي عبلة، 2019، ص 107)

مستويات تقدير الذات لمقياس كوبر سميث:

يحتوي مقياس كوبر سميث على 3 مستويات لتقدير الذات، كما هي موضحة في

الجدول رقم 2:

جدول رقم 2: مستويات تقدير الذات لمقياس كوبر سميث

الرقم	المستوى	الفئة
01	درجة منخفضة	40 20
02	درجة متوسطة	60 40
03	درجة مرتفعة	80 60

المصدر: (زوي عبلة، 2019، ص 108)

- الخصائص السيكومترية لمقياس كوبر سميث:

- الصدق التمييزي: تم التحقق من أن أداة الدراسة والمتمثلة في مقياس كوبر سميث

يتمتع بخاصية الصدق قمنا بحساب الصدق التمييزي من خلال المقارنة بين مجموعة

الأفراد من ذوي الدرجات المنخفضة ومجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المرتفعة وذلك

بضرب حجم العينة في النسبة 0,27 ويتم تحديد الأفراد وعددهم في كل مجموعة 8

بالاعتماد على الاختبار الإحصائي مان وتني لأن حجم العينة للمجموعتين قليل ما يعيني

أن درجاتهم لا تتبع التوزيع الطبيعي. وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي دراسة ميدانية-

ط.د قاسمي منال ياقوت أ.د خرياش هدى

جدول رقم(3): يوضح قيمة الصديق التمييزي لمقياس كوبر سميث.

مستوى الخطأ α -LEVEL	قيمة الدلالة $P - VALUE$	قيمة Z	قيمة u	مجموع الرتب	متوسط الرتب	حجم العينة	مجموعة الدراسة	مقياس كوبر سميث.
0.05	0.00	-3.43	0.00	36.00	4.50	8	مجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المنخفضة	
				100.00	12.50	8	مجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المرتفعة	

يتضح من نتائج الجدول أن متوسط الرتب لمجموعة مجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المنخفضة يساوي 4.50 وبمجموع رتب 36.00 وهي أقل من متوسط الرتب لمجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المرتفعة حيث يساوي متوسط الرتب 12.50 وبمجموع رتب 100.00 ، ما يؤكد ذلك قيمة الاختبار مان وتني والذي بلغ $U=0.00$ وهي قيمة دالة إحصائية عند قيمة دلالة $p=0.00$ لأنها أصغر من مستوى الخطأ $\alpha=0.05$ وعليه فالاختبار استطاع التمييز بين مجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المنخفضة ومجموعة الأفراد من ذوي الدرجات المرتفعة وبالتالي فهو صادق ويمكننا الاعتماد عليه لجمع البيانات من عينة الدراسة الأساسية.

-الثبات: من اجل التحقق من أن أداة الدراسة والمتمثلة في مقياس كوبر سميث تتمتع بخاصية الثبات قمنا بتطبيق المقياس على عينة الدراسة والمقدرة بـ 30 فرد من ذوي الإعاقة الحركية، وثم قمنا بإعادة تطبيق المقياس على نفس العينة في فاصل زمني

مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي دراسة ميدانية-

ط.د قاسمي منال ياقوت أ.د خرياش هدى

قدره 15 يوم وحساب الثبات عن طريق استخراج معامل الارتباط درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني. وهذا ما يوضحه الجدول رقم 4:

جدول رقم(4): يوضح نتائج التطبيق وإعادة التطبيق للمقاس كوبر سميث.

التطبيق الثاني		
معامل ارتباط بيرسون	0.80**	التطبيق الأول
قيمة الدلالة $P - VALUE$	0.00	
مستوى الخطأ α -LEVEL	0.05	
حجم العينة	30	

** الارتباط دال إحصائيا عند مستوى الخطأ $\alpha=0.01$

يتضح من نتائج الجدول أن قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول و التطبيق الثاني لمقياس كوبر سميث يساوي $r=0.80$ وهي قيمة مرتفعة ما يعني أنه يوجد ارتباط قوي موجب بين التطبيقين عند قيمة دلالة $P=0.00$ لأنها اصغر من مستوى الخطأ- α 0.05 وعليه يمكننا القول أن المقياس ثابت ويمكننا الاعتماد عليه لجمع البيانات من عينة الدراسة الأساسية.

عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

نعرض نتائج عينة الدراسة على مستوى مقياس كوبر سميث لتقدير الذات من

خلال عرض مستوى التقدير لكل فرد على حدا وفق الجدول التالي:

مستوى تقدير الذات عند المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي دراسة ميدانية-

ط.د قاسمي منال ياقوت أ.د خرياش هدى

جدول رقم(5): يوضح مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة من المعاقين حركيا.

الأفراد	الجنس	درجات مقياس كوبر سميث	مستوى تقدير الذات
1	ذكر	64	مرتفع
2	ذكر	60	متوسط
3	أنثى	56	متوسط
4	أنثى	68	مرتفع
5	ذكر	60	متوسط
6	ذكر	72	مرتفع
7	ذكر	68	مرتفع
8	ذكر	52	متوسط
9	أنثى	52	متوسط
10	أنثى	68	مرتفع
11	ذكر	44	متوسط
12	ذكر	64	مرتفع
13	ذكر	72	مرتفع
14	أنثى	68	مرتفع
15	أنثى	64	مرتفع
16	أنثى	64	مرتفع
17	ذكر	60	متوسط
18	ذكر	72	مرتفع
19	أنثى	52	متوسط
20	أنثى	60	متوسط
21	أنثى	72	مرتفع
22	ذكر	68	مرتفع
23	أنثى	68	مرتفع
24	أنثى	64	مرتفع
25	أنثى	56	متوسط
26	ذكر	60	متوسط
27	أنثى	64	مرتفع
28	أنثى	56	متوسط
29	ذكر	48	متوسط
30	أنثى	56	متوسط

يتضح من نتائج الجدول أن الفرد رقم 11 حقق أدنى درجة على مستوى أداة الدراسة بمجموع 44 ما يوافق المستوى المتوسط من تقدير الذات كما يتضح من نتائج الجدول أن الفرد رقم 21 حقق مجموع دراجات يساوي 72 وهو يوافق المستوى المرتفع من تقدير الذات.

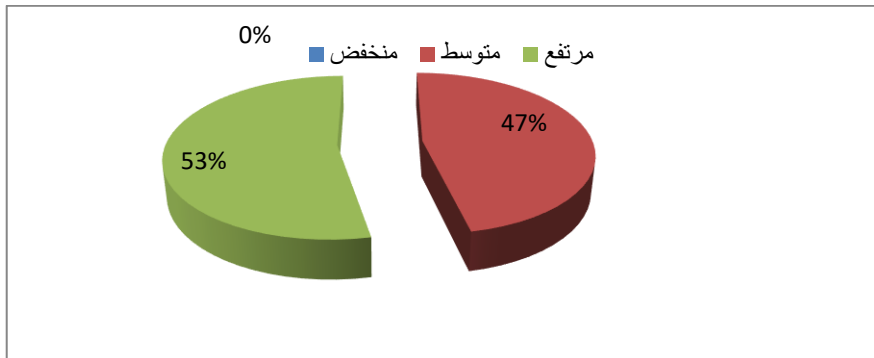
مستوى تقدير الذات:

نعرض في الجدول رقم 6 مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة ككل من خلال التكرارات والنسب المئوية لكل مستوى وهو المستوى المنخفض، المتوسط، المرتفع.

جدول رقم (6): يوضح توزيع عينة الدراسة حسب مستوى تقدير الذات.

البداية	التكرارات	النسبة المئوية
منخفض	00	00%
متوسط	14	46.7%
مرتفع	16	53.3%
المجموع	30	100.0%

شكل رقم (1): يوضح توزيع عينة الدراسة حسب مستوى تقدير الذات.



يتضح من نتائج الجدول رقم (6) أن 53.3% من عينة الدراسة من المعوقين حركيا مستوى تقدير الذات لديهم مرتفع، كما يتبين من نتائج الجدول أيضا أن 46.7% من عينة الدراسة مستوى تقدير الذات لديهم متوسط، بينما لا يوجد أي فرد من عينة الدراسة مستوى تقدير الذات لديه منخفض وفق النسبة 0%.

وهذا معناه أن مستوى تقدير الذات مرتفع لدى المعوقين حركيا المتعرضين للتأهيل الحركي. ويمكن تفسير هذا الارتفاع للدور الذي يلعبه التأهيل الحركي في إعادة زرع الثقة في النفس والتحكم في الجسم والقدرة على تجاوز الصعاب والتحديات الحركية، فتحسين وظيفة الجسم والحركة يعتمد على تمارين التأهيل الحركي والعلاج الطبيعي، وهذا يؤدي إلى زيادة القدرة الحركية والانتظام في النشاط الحركي. وبدوره يشعر المعاق بالرضا وبالفخر بنفسه وبقدراته، وقد يساعد النشاط الحركي المكيف الفرد المعاق في الشعور بالسعادة والحيوية والثقة بالنفس ورفع مستوى تقدير الذات، كما يساعده على التأقلم مع نوع الإعاقة ومواجهة المواقف الصعبة التي يتعرض لها أثناء تأدية مهامه بكفاءة. وهذا ما أثبتته دراسة (مسعودان، وكال 2019) من خلال النتائج التي توصلت إليها في أن التمرينات العلاجية لها دور كبير في زيادة الثقة في النفس للمعاق حركيا وفي شعوره بالارتياح كما تساعده في تعويض الإعاقة. كما تلعب التمرينات العلاجية دور في مساعدة المعاق حركيا في الرضا عن نفسه والرفع من مستوى تقدير الذات لديه.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (خوجة وآخرون، 2018) التي بينت أن مستوى تقدير الذات مرتفع لدى المعوقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي باعتبار أن الأنشطة الحركية والرياضية جزء من عملية التأهيل.

و تتفق مع دراسة (Cazenave, et al., 2006) التي بينت أن المعوقين الممارسين للأنشطة الرياضية كان لديهم تقدير ذات مرتفع .

ودراسة (مسعودان، وكال 2019) التي وصلت إلى أن التمرينات العلاجية المقدمة في مراكز وقاعات العلاج الفيزيائي الحركي لها دور كبير في زيادة الثقة في النفس للمعوق حركيا. باعتبار الثقة في النفس من بين ركائز تقدير الذات. كما تتفق مع دراسة (Stefano, 2011) التي هدفت إلى بحث دور النشاط البدني وعلاقته بمفهوم الذات البدنية وتقدير الذات من خلال تقسيم مجموعة مشاركين بلغ عددهم 1149 فردا إلى أربع

مجموعات، المجموعة (أ) وتضم 742 فردا لا يعانون من إعاقة ويمارسون النشاط البدني. والمجموعة (ب) وتضم 264 فردا لا يعانون من إعاقة ولا يمارسون النشاط البدني. والمجموعة (ج) وتضم 109 فردا من المعوقين حركيا الذين يمارسون النشاط البدني. والمجموعة (د) وتضم 34 فردا من المعوقين حركيا لا يمارسون النشاط البدني، هذا وقد أبرزت النتائج أن الأفراد الذين يعانون من إعاقة بدنية ويمارسون النشاط البدني يحصلون على نتائج مماثلة للأشخاص الذين لا يعانون من إعاقة ويمارسون النشاط البدني. حيث يشكلون مفهوما إيجابيا للذات البدنية وتقدير ذات جيد. كذلك دراسة (Bournan, et al, 2018) التي تم فيها مقارنة 30 فردا من المعوقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف مع 30 فردا من المعوقين حركيا الغير ممارسين للنشاط البدني في صورة الجسم و في تقدير الذات و التي توصلت إلى أن المعوقين حركيا الممارسين للنشاط البدني المكيف تحصلوا على قيم مرتفعة في صورة الجسم و تقدير ذات بالمقارنة مع غير الممارسين. وتتفق مع دراسة (بوذينة، 2019) التي توصلت إلى إن ممارسة النشاط البدني الرياضي المكيف يلعب دورا مهما في الرفع من مستوى تقدير الذات لدى المعوقين حركيا وذلك نتيجة التمارين والحركات الرياضية التي يقومون بها مما يعزز شعورهم بالرضا عن أنفسهم ويقلل من شعورهم بالنقص البدني الذي يعانون منه ويحسن صورة ذاتهم لهم.

الخلاصة:

تعد الإعاقة الحركية من بين المشاكل السائدة في العالم، حيث تحتاج فئة المعوقين حركيا عناية ورعاية كبيرة للتخفيف من المشاكل النفسية التي تعاني منها وذلك من خلال تحسين حالتهم الجسمية. وفي هذه الدراسة تم تركيز اهتمامنا على تقدير الذات، إذ تشير الأبحاث أن الأشخاص المعوقين حركيا غالبا ما يعانون من مستويات منخفضة لتقدير الذات بسبب الصعوبات التي يواجهونها في القيام بالأنشطة الحركية والتفاعل

مع الآخرين. وفي المقابل أظهرت نتائج دراستنا أن مستوى تقدير الذات عند هذه الفئة كان مرتفعا بالطبع كان ذلك بالتعرض للتأهيل الحركي الذي يكتسي أهمية كبيرة في حياة المعاق حركيا فله أثر إيجابي في رفع تقدير الذات عنده، إذ تمتع هؤلاء المعاقون بمستوى أعلى من تقدير الذات بعد تلقىهم لتدريبات التأهيل الحركي. وبفضل البرامج التأهيلية الحركية المتنوعة، يمكن للمعوقين حركيا تحسين مستوى تقدير الذات لديهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم. وتحسين نوعية حياتهم وتعزيز اندماجهم في المجتمع.

الافتراضات:

- الاهتمام بالمعاقين حركيا وتحسين حالتهم الصحية والجسدية من خلال تجميع مراكز التأهيل الحركي والعمل على تعزيز دورها وتطويرها من أجل رفع تقدير الذات وتحسين جودة الحياة لدى هذه الفئة.
- توفير الموارد والدعم اللازم للمعاقين حركيا من خلال التعاون المستمر بين المؤسسات الحكومية والمجتمع المدني، وتوفير التمويل الكافي للمشاريع المرتبطة بتأهيل هذه الفئة ورعايتهم.
- توفير الدعم النفسي والاجتماعي للمعاقين حركيا من خلال توفير خدمات الاستشارة والعلاج النفسي والاجتماعي من أجل رفع مستوى الثقة بالنفس وتقدير الذات وتحقيق التوافق النفسي والاجتماعي.

المراجع والمصادر:

- 1-- بلال بوذينة، (2019)، تأثير الأنشطة البدنية والرياضية المكيفة على مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركيا، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، المجلد6، العدد- 2.
- 2- عادل خوجة وآخرون، (2018)، مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركيا الممارسين للنشاط الرياضي، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، العدد.8
- 3- عبلة زوي وآخرون، (2019)، تقدير الذات لدى الطالب الجامعي دراسة مقارنة، دراسات نفسية وتربوية، مجلد 12، عدد 1
- 4- مخلوف مسعودان وآخرون، (2019)، أهمية التمرينات العلاجية في شعور المعاق حركيا بالثقة في النفس، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية مجلد(01) 12.
- 5- مخلوف مسعودان، (2019)، دور التأهيل في التقليل من المشاكل النفسية لدى الطفل المعاق حركيا، مجلة الميدان للدراسات الرياضية والاجتماعية والإنسانية-المجلد 2، العدد 7.
- 6- مصلاح عبد الله البطوش، (2020)، مستوى تقدير الذات لدى المعاقين حركياً بجامعة حائل وعلاقته بالتحصيل الأكاديمي لديهم، مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي، المجلد 7، العدد 3.
- 7-Anjana Bhattacharjee.et al, (2014),self-esteem of disabled and abled :a comparative analysis , tripura university ,voice of research,Vol 3 No2,p11
- 8-Cazenave et al. (2006). L'activité physique et sportive et l'estime de soi chez les adolescents handicapés : le cas de la pathologie du pied bot, science direct, Annales médico psychologiques, 166, (2008) 789-793,
- 9-Cherif Bournan et al.(2018), le rôle du sport dans la résolution des problèmes d'estime de soi et de l'image corporelle associée a la déficience motrice acquise, science et sports ,Vol 33 No1, p44
- 10-Marc bergeron,(2011),définition de l'estime de soi et de son phénomène en interaction avec ses concepts associés, thèse de doctorat en psychologie, université du Québec a trois rivières .
- 11- Mohammad Narimani et al,(2010), Comparing self-esteem and self-concept of handicapped and normal students, Procedia Social and Behavioral Sciences ,2 p 1554—1557
- 12-Stefano Scarpa,(2011),physical self-concept and self-esteem in adolescencents and young adults with and without physical disability ;the role of sports participation, *European Journal of Adapted Physical Activity*, 4(1), 38-53